

تاندون ها بافت هایی به شکل طناب هستند که عضله را به استخوان متصل می کنند. با انقباض عضله، تاندون حرکت می کند و با حرکت تاندون استخوان و مفصل هم حرکت می کنند. قسمت اعظم عضلاتی که موجب حرکت انگشتان دست می شوند در ساعد قرار داشته و توسط تاندون های بلندی به انگشتان متصل می شوند.

## آسیب تاندون انگشت

شایع ترین آسیب تاندون های دست پارگی آنها است و شایع ترین علت پاره شدن این تاندون ها اصابت اجسام تیز و برنده مثل چاقو، شیشه یا لبه ی تیز فلزات است. گاهی اوقات پارگی تاندون خم کننده ی انگشت، به علت راست شدن شدید یک انگشت ایجاد شده است. مثلاً وقتی یک ورزشکار رزمی، لباس حریف را گرفته و حریف با عقب رفتن سعی در خارج کردن لباس از دست وی می کند مفصل انتهایی انگشت وی به ناگهان از حالت خم شده راست می شود و همین حرکت می تواند به علت وارد آوردن کشش زیاد روی تاندون خم کننده ی عمقی انگشت موجب پاره شدن آن شود

چون در انگشتان دست، اعصاب بسیار نزدیک به تاندون ها قرار گرفته اند، در بسیاری از موارد همراه با آسیب تاندونی، عصب هم آسیب دیده است. در بیماری التهاب مفصل ، تاندون های خم کننده ضعیف می شوند و ممکن است بدون اینکه نیروی زیادی به آنها وارد شود پاره شوند .

## علائم پارگی تاندون دست:

- مهمترین آنها عبارتند از :
- ناتوانی در حرکت دادن مفصل انگشت
- باز ماندن انگشتی که تاندون آن پاره شده است
- درد در هنگام خم کردن انگشت
- زخم در سطح کفی انگشت
- تورم خفیف روی مفصل انتهایی انگشت در سطح کفی
- درد در حین لمس قسمت کفی انگشت

## درمان پارگی تاندون دست

درمان پارگی تاندون های انگشتان در اکثر قریب به اتفاق موارد، عمل جراحی است . جراحی هرچه زودتر انجام شود نتایج بهتری دارد. در حین جراحی پزشک دوسر تاندون را در کنار هم قرار داده و بخیه می زند. بعد از اتمام جراحی، دست در قالب گچی قرار داده می شود تا حمایت شود .

دستورات پزشک ارتوپد در مورد طرز تعویض پانسمان یا طرز نگهداری آتل یا حرکت دادن یا ندادن انگشت دست بعد از جراحی، اهمیت زیادی برای رسیدن به نتیجه مطلوب دارد . .

جراحی تاندون های دست یکی از جراحی هایی است که نیازمند همکاری بسیار نزدیک بیمار با پزشک است .بدون رعایت دقیق و کامل توصیه های پزشک نتیجه ی مطلوب از جراحی حاصل نمی شود .



بیمارستان برکت امام خمینی میانه

## پارگی تاندون انگشت دست



تهیه و تنظیم: فاطمه صفری

کارشناس پرستاری

منبع: برونسودارت ۲۰۱۸

تاریخ تهیه: ۱۳۹۷

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۹

BAREKAT-NC/C-PAM

واحد آموزش سلامت

\* تعویض پانسمان باید با نظر پزشک و توسط فرد مجرب انجام شود .

\* حرکت دادن عضو آسیب دیده باید با نظر پزشک معالج و زیر نظر او باشد و محدوده مجاز حرکت عضو را پزشک تعیین می کند .

در پارگی تاندون های عمقی برای جلوگیری از چسبندگی فیزیوتراپی انگشتان دست توسط پزشک به شما آموزش داده می شود .

(با سنجاق و کش قیطانی)

\* توجه کنید و آموزش ها را یاد بگیرید

\* معمولا آتل گچی ۶-۴ هفته اقی میماند و در طول این مدت اندام باید بدون حرکت بماند .

### تغذیه :

برای کمک به ترمیم زخم از غذاهای پروتئین ، میوه و سبزی تازه به مقدار زیاد و مایعات فراوان استفاده کنید

### آموزش به بیمار :

\* دست خود را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

\* در صورت داشتن به پزشک اطلاع دهید .

\* در صورت داشتن تب ، ترشح ، تورم ، قرمزی و بوی بد در ناحیه ی عمل که علائم احتمالی عفونت است حتما به پزشک اطلاع دهید یا مراجعه کنید .

\* بدون اجازه ، پانسمان ناحیه ی عمل را تعویض نکنید .

\* داروهای تجویز شده را بموقع مصرف کنید

\* در صورت داشتن آتل گچی ، آتل نباید زیاد سفت یا شل باشد ، آتل را تمیز نگهدارید و از خیس شدن آن جلوگیری کنید.

